

留意“网脱”讯号 久拖不治后悔莫及

◆吴瑞莲

前天,身体硬朗的王奶奶弯腰拎重物上楼时,突然感觉眼前黑影晃动,看东西有部分视野缺失,起初并未在意,谁知第二天醒来眼前竟出现火花和闪光幻觉,黑影面积也扩大。王奶奶赶忙去检查,结果发现竟患上了视网膜脱离,需尽快手术。无独有偶,个高度近视的小伙日前也因坐过山车而视网膜脱落。一时间,视网膜脱离引起社会关注,各种担忧也随之而来:视网膜怎么会脱落呢?脱落后还能治好吗?著名眼科专家张淳博士指出,视网膜脱离不分年龄层次和人群,尤其在高度近视患者中发病极高,因此平时需多留意眼睛发出的一些“网脱”警报,及早发觉,尽早治疗。

这样的认识,他说,视网膜脱离是不分年龄层次和人群的。因为引起网脱的原因是多种多样的,与视网膜本身状况,玻璃体情况,眼球本身,全身疾病,甚至遗传因素都有关系。他特别指出,视网膜脱离多发生于近视眼患者,尤其在高度近视患者中发病极高,因为导致网脱的原因中有一个必要因素是“玻璃体液化”,虽然这是每个人都会经历的过程,但高度近视患者玻璃体液化较早,速度明显快于常人。

随时留意眼睛发出的“网脱”警报

张淳博士说,尽管多数视网膜脱离是突发性的,但并不意味着它不能被察觉和发现,其实平时只需多留意眼睛发出的一些“网脱”警报,就能及早发觉,尽早治疗。张博士提醒,以下五类情况预示着有可能出现视网膜脱离现象,需要特别引起重视:

- 1. 飞蚊与闪光:**实际上是玻璃体后脱离的症状,中老年人特别是高度近视眼患者,视野内出现大量飞蚊、某一方位持续闪光时,应警惕视网膜脱离的可能。
- 2. 中心视力下降:**后极部的视网膜脱离,视力急剧下降。周边部初脱时,对中心视力无影响或影响甚小,同样在高危病人有视力下降时应详细检查眼底。
- 3. 视物变形:**当周边部视网膜脱离波及后极或后极部发生浅脱离时,除中心视力下降外,还有视物变形,变小等症状。
- 4. 视野缺损:**视网膜脱离时,部分敏感患者可发觉视野缺损,但仅下方视野缺损有早期诊断价值。
- 5. 中心视力损害:**因视网膜脱离的部位及范围而异,后极部脱离时视力突然显著下降,周边部脱离初时对中心视力无影响或影

响甚小,只有脱离范围扩展到后极部时,才出现中心视力障碍。

应开通绿色通道及时救治“网脱”

视网膜脱离虽然是致盲常见原因之一,但张博士提出,并不是患了此病就一定会失明。“我们只要能做到早期发现、早期规范治疗,就能大大降低失明的可能性。”据了解,视网膜上布满了细小的血管和神经,一旦视网膜发生脱落,这些细小的血管和神经将失去营养,血液供应,色素上皮易游离、萎缩,视力受损。

视网膜脱离起初可能只是部分脱落,如果没有及时的治疗,错过黄金治疗期,脱离的

视网膜不能复原,萎缩的视网膜可能会牵引整个视网膜会脱落,从而导致永久性视力损伤或失明。此时,即使治疗也无济于事,只能后悔莫及。

许多患者发现了视网膜脱离后,选择排队等待治疗,却忽略了长时间的等待反而会耽误病情。张淳强调,时间对“网脱”的治疗影响非常明显。为网脱患者开通绿色通道非常必要。网脱患者应当有:确诊越早,治疗越早,愈后越好的意识。他再次提醒,患者一旦发现视网膜脱离症状,应迅速前往医院检查就诊。若等到视网膜大面积萎缩脱离,恢复效果将大打折扣。

听眼健康讲座与专家面对面交流

为帮助更多眼病患者了解眼部保健、疾病预防的相关知识及应对方法,新民健康特联合相关机构开展“眼健康系列讲座”。每日电话报名前30名读者可参加本次讲座更可获得专家面对面交流机会。

感兴趣的读者可拨打新民健康会员服务专线 **021-80261680**(10:00-17:00),或发送短信“专家+姓名+联系方式”至 **18917328756** 报名参与,报名成功的读者将免费获得价值88元健康大礼包一份。

新民健康特邀专家简介



张淳 医学博士

擅长:出血性、缺血性及增殖性眼底疾病的精确诊疗;各种疑难眼底疾病、复杂白内障、疑难玻璃体视网膜;黄斑裂孔及黄斑前膜的诊疗;青光眼、黄斑变性等复杂眼底诊疗;严重性眼外伤的临床救治。



宋蓓雯 医学硕士

擅长:眼科常见病及多发疾病的诊疗;各种出血性、缺血性及增殖性眼底疾病诊断及治疗;多种眼外伤,眼底出血的临床救治;玻璃体/视网膜黄斑类疾病的诊疗。

视网膜脱离不分老少 应引起警惕

如果把人的眼睛比作“相机”,那么视网膜就相当于相机的“底片”,很多人只注意了对相机的保养,却对底片的状况知之甚少。殊不知,一旦底片出现问题不能成像,整个相机也不能顺利运作。

张淳博士认为,视网膜脱离是一种较常见的严重致盲性眼病。视网膜是眼内一层半透明的膜,是感受外界光信息的重要组织,位于眼球内的底部,具有很精细的网络结构及丰富的代谢和生理功能。视网膜脱离是视网膜神经上皮层与色素上皮层的分离,从而导致视功能受损的一种眼部疾病,简称“网脱”。

很多人认为视网膜在眼睛内部被保护得很好,所以“网脱”离自己很遥远。张淳纠正了

去年火爆的杏花楼盆菜又来了 这次仅有【3000份】!

年夜饭吃盆菜 感受真正年味

食材堆出热闹“和味”

“盆菜是香港新界的传统食物,已有数百年的历史,是一种杂烩菜式。”“盆菜”一盆菜里有百菜百味、共冶一炉,其基本原则是“和味”。

盆菜的第一层,也就是最底层,必须放耐煮的素菜,例如花菜干、茶树菇干、莴笋干、粉丝等。盆菜的第二层,一般是高端食材,如鲍鱼、花

胶、瑶柱、腊鸡等。

在堆叠完食材之后,还要淋上一个盆菜汁酱,一般是用高汤熬制的鲍汁,取其增香之能。地道的盆菜绝不添加味精之类的添加剂,也因此更加健康。

杏花楼“和味”大盆菜限量3000份 百年粤菜老字号“杏花楼”拥有原班香港、广东大厨,2016年年夜饭隆重推出“和味”大盆菜。

精心挑选干鲍、瑶柱、鱼肚(花胶)等高级食材作为顶层。此外还有熏鸭脯、腊鸡、港式鱼丸、肉圆等应节荤菜,底层是花菜干、茶树菇干等素菜,分层摆放入盆中,和在一起,丰富的材料一层层叠进大盆之中,融汇出一种特有滋味。

新民晚报大购网携手杏花楼,独家销售“和味”大盆菜提货券:588元(3-4人份),988元(6-8人份)两种规格,限量3000份,时尚而脱俗,是过年阖家团聚的首选。

新民晚报大购网
订购热线: **52927777**
(每天8:00-20:00) 上海地区包邮
登录 www.xinmindagou.com 在线订购 (团购订单请来电咨询)
大购网订月号

【新民晚报大购网】“腊月送茯”礼盒 火热销售中

杏花楼腊味 年夜饭上不可或缺

在中国,谈及腊味,广东腊味是驰名海内外的汉族风味名菜,属于粤菜系,广式腊味是经历代不断实践、改善而形成的,广式腊味选料上乘,工艺精湛,色、味、香、形均佳,在国内外久负盛名,畅销全国及东南亚。

在上海,杏花楼是为数不多将广式腊味做到了极致的企业,在广式腊味的发祥地广东,不少当地人谈及杏花楼腊味,纷纷翘起大拇指,将这份广式腊味的荣耀专属于杏花楼。

100斤优质猪肉 仅能生产45斤腊肉

杏花楼腊味完全按照古法制作,保留百年滋味,其中腊肠用白玫瑰酒、腊肉用汾酒腌制。正是因为古法制作,所以100斤优质猪肉,仅能生产45斤腊肉,故而杏花楼的腊味通常一上市就被一抢而空,可谓是既美味又难寻。

为了保证腊味质量,杏花楼腊味完全按照古法制作,保留百年滋味,其中腊肠用白玫瑰酒、腊肉用汾酒腌制。正是因为古法制作,所以100斤优质猪肉,仅能生产45斤腊肉,故而杏花楼的腊味通常一上市就被一抢而空,可谓是既美味又难寻。

杏花楼过年大礼包上市

杏花楼过年大礼包:盒装八宝饭600克、盒装松糕600克、经典凤梨酥5粒装250克、袋装咸鸡500克、袋装盐水鸭400克、盒装牛轧糖280克、巴旦木排280克、开心果230克。

年夜饭就得有年味 “梅龙镇”年夜饭大礼包又来了



2016梅龙镇年夜饭大礼包提货券

888元大礼包,大购网售价799元(精选七道热菜:鲑鱼550g、香辣翅中300g/盒、全家福500g、黑椒牛菲肋400g、粉蒸肉400g、南美对虾400g。养生汤和点心:八宝饭400g、酒酿圆子250~300g、火腿菌菇鸡汤750g。四道冷菜:上海咸鸡400g、醉鱼240~250g、四喜烤麸250g、本帮酱鸭500g。)

1288元大礼包,大购网售价1159元(精选八道热菜:粉蒸羊肉400g、鲑鱼550g、八宝鸭1000g、全家福500g、蟹钳500g、香煎牛菲肋500g、红烧蹄膀1000g、清炒虾仁400g。养生汤和点心:八宝饭400g、酒酿圆子250~300g、火腿菌菇鸡汤750g。六道冷菜:上海咸鸡400g、醉鱼240g、心太软300g、四喜烤麸250g、五香牛肉

空气不好 多食梨膏 崇明水蜜梨梨膏、梨汁润肺补气



今秋,沪郊晚熟的崇明水蜜梨,在沪上掀起一阵抢购热潮,不少消费者表示吃口非常好。现在,出自同一果园,由今年新鲜崇明水蜜梨为原料制作而成的梨膏、梨汁已经到货!

产地介绍 崇明岛的地理位置三面靠江,一面靠海,远离污染;是全国第15个“长寿之乡”,中国知名的“长寿之岛”;果园位于崇明的腹地,水、空气、土壤均达到国家一级标准。

原料上乘 此次销售的梨膏和梨汁,全部由今年的水蜜梨制作而成,崇明水蜜梨是从韩国引

进的蜜梨新品种,该梨含有大量的水、糖、蛋白质、维生素、胡萝卜素等多种营养成分,果型端正,果心极小果肉既细腻又清脆。

服用梨膏、梨汁 调元气、祛火润肺 崇明水蜜梨梨膏由水蜜梨、麦芽糖、红糖、冰糖、甘草、百合共同熬制而成,冬季食用梨膏以及梨汁,可以保养身体、润肺、祛火,产品零添加、更健康。适宜老人、白领、吸烟者、青年人、小孩,能够增加口中津液,更能呵护嗓子。

此外,崇明水蜜梨梨汁能让人们在这个冬天,尝到生梨的滋味。

崇明梨膏,礼盒装: 88元 250g/瓶*3 168元 250g/瓶*6
崇明梨汁,礼盒装: 158元 8瓶装 300克/瓶

2016杏花楼过年大礼包售价248元